《惹麦丹觉》论

●毛继曾

「惹麦丹觉」

▷成书时的西藏社会

▷主要内容

▷和《〈乐论〉》注疏》的作者

▷和《〈乐论〉注疏》与笔者

▷在今天的积极意义

《惹麦丹觉》是一本藏文书名，汉译为《乐论》。这是一部成书于七百多年前的藏族重要经典音乐理论著作。在我国五十五个少数民族中，至今还保存着历史这样久远，学术价值、艺术价值这样高的音乐论著，实属少见。《惹麦丹觉》问世后，一些藏族学者先后著文为之进行论释、注疏，其中，以《〈乐论〉注疏》一文影响较大。本文在论述《惹麦丹觉》时，也兼及《〈乐论〉注疏》。

一、《惹麦丹觉》成书时的西藏社会

《惹麦丹觉》是萨迦班智达·贡噶坚赞(1182——1251)的力作之一。贡噶坚赞是十三世纪西藏地区萨迦教派的著名政教领袖和学者。这部论著写成於这个时期，是有其历史原因的。

吐蕃王朝在朗达玛去世(842)之后，各地领主互相攻伐，战乱不已，再加上天灾人祸，百姓生活在水深火热之中。经历了长时期的战乱和困苦，人民普遍期待生活上修养生息，精神上有所寄托。

约从十世纪至十三世纪，西藏各地农业生产开始复苏：除了原来具有的灌溉和排涝设施外，逐渐开始掌握了中耕、施肥等耕作技术；手工业方面，羊毛纺织技术有较大进步；各地产品

(如卫藏的粮食和氆氇，阿里的牛羊，藏北的马，工布的骡等)的交换有所扩大。社会经济出现了生机。

这一时期，藏传佛教正在逐渐形成，其主要教派有宁玛派、噶当派、萨迦派、噶举派等。各地寺院常和新兴的地方势力繁密结合，形成僧俗一体、政教合一的组织形式。这样，便促进了各教派、学派在佛教和学术上的竞争和发展。各教派、各学派在竞相宣扬本派的主张和教义中，学术活动频繁，呈现出竞相争鸣的局面。利用文学艺术形式进行宣传，是进行争鸣的主要表现形式之一。在这个时期，思想活跃，成果累累，其主要的有噶举派米拉日巴的《道歌》、萨迦派贡噶坚赞的《萨迦格言》、噶当派仲敦巴的《师徒问道语录》等。

《惹麦丹觉》正是在这样的情况下诞生的，它虽然记叙、总结的是十三世纪西藏地区传统音乐创作、表演的艺术经验，然而却显示了萨迦派在这场争鸣中艺术上的高深造诣和学术上的显著成就。

二、《惹麦丹觉》的主要内容

古代的西藏，没有专业作曲家和作词者，民族音乐的作曲和作词，主要靠民间歌手和乐手即兴创作。在历史的长河里，曾以这样的方式产生了大量的传统音乐。其中，绝大多数已被历史所淘汰，传承下来的只是极少数。这一传统仍在今天广大藏族地区的民间延续着。那么，传统音乐是怎样创作和表演的呢？传统音乐的优秀艺术家是有一套完整的、自成体系的、又是不成文的旋法规律、歌词规律和表演艺术方法的。《惹麦丹觉》的作者则深刻而生动地总结了元代时期藏族音乐的艺术经验，对藏族传统音乐的规律做了大量条分缕析的工作，对作曲、作词、演唱等方面发表了许多精辟的见解。

全书分为三章：第一章论音；第二章作词；第三章音乐应用的规定。

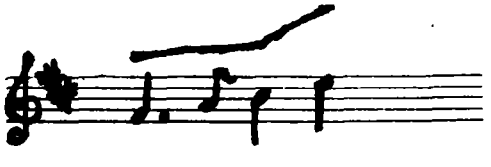
在“论音”这一章中，作者将藏族传统音乐分为俱生乐和缘起乐两大类：俱生乐系指通过人体的胸、喉、颚、舌、鼻、头顶、齿、唇等器官所发出的乐音，即声乐形式；缘起乐系指通过人的吹奏、拉奏、弹琴、敲鼓而使器物发声的音乐，即器乐形式。作者以声乐曲为例，将旋律的发展和发声归结为四种表现形式：

1、杨升：即旋律线为上升之音调。扬升又有平直扬升、上升扬升、曲折扬升、褒扬扬升和贬抑扬升五种。

扬升音调为：

平直扬升为：

上升扬升为：

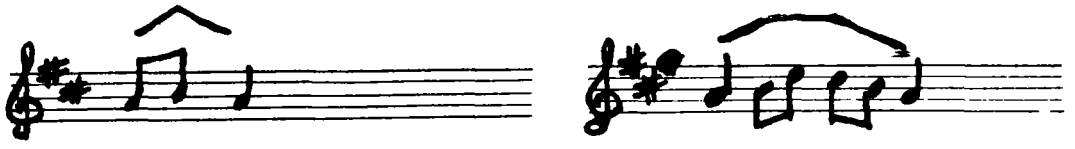


曲折扬升为：

2、转折：即上行后再下行，或下行后再上行的旋法。转折又分单一转折、重叠转折、二次重叠转折、三次重叠转折，四次重叠转折等多种。

单一转折为：

重叠转折为：



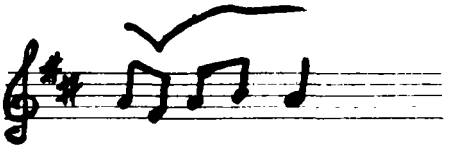
三次重叠转折为：

3、变化：即演唱中喉、舌、鼻、胸、头顶、齿、唇等发音或共鸣部位的变化。这种发声或共鸣部位的变化，又常和时间的长短结合在一起。至今仍广泛流传於藏族民间的“震谷”演唱方法，就是通过发声或共鸣部位的巧妙变化而获得特殊音乐效果的特殊唱法。这些唱法的运用，使得藏族民间歌手的演唱民族特色更为鲜明。

4、盘旋：即上行后再下行又上行，或下行后再上行又下行的旋法。盘旋又分为长的盘旋和短的盘旋两种。

长的盘旋如：

短的盘旋如：



贡噶坚赞认为，在实际音乐活动中，这四种形式是有机地、艺术地、混然一体地交织在一起的。正如《惹麦丹觉》所述：

“象弓和箭要搭配一样，
单音唱不出动听的歌声，
它们交织组合在一起，
才能听起来适耳动听。”

优秀的民间歌手总是擅於通过各种各样音乐形式的巧妙变化和发展，以演唱出瑰丽多姿、富有强烈艺术感染力的歌曲来。

在“作词”一章里，作者对歌词总的要求是：“人们易懂，读起来顺口，文理通顺，比喻妥贴，前后不重复也不矛盾，善知分合，方称得是上品。”就是在今天看来，这些仍然是歌词作家值得重视的问题。

歌词是音乐文学。它既不同於诗，更有别於散文。它是音乐和文学相结合的一种产物。歌词除了必须具备诗的品格外，还要有可唱性的特点，目前，不少歌词作家由於是文学家出身，对歌词的可唱性往往注意不够：有的歌词温文典雅，难於听清；有的歌词，闭口音字较多，唱不出声来；有的歌词，缺乏音乐特色，难以谱曲。正因为如此，《惹麦丹觉》提出歌词写作要“易懂”、“顺口”，是有现实意义的。

在这一章里，作者还强调了歌词写作应注意的两个问题：

一是要有性格特徵和个性特徵。由於每个人的社会地位、经济环境、文化教养、秉赋条件、家庭情况的不同，其行为方式、语言和内心活动也迥然有异，把它们艺术地表现出来，是优秀词

作的一个重要条件。《惹麦丹觉》对歌词的写作很重视因人而异、因事而异、因时而异、因地而异，主张要表现出它的特性来。如对人表示敬重，它就举出了六种不同的表述方式：

“对有功德的人以笃信表示敬重，
对有智慧的人以问规矩表示敬重，
对有教养的人以行礼表示敬重，
对出身高贵的人以说敬语表示敬重，
对年长的人以侍奉表示敬重，
对财产富足的人以恭维表示敬重。”

对於不同的对象喜欢谈论什么，以投其所好，它也提出：

“與国王议国政和與贤者谈礼仪，
與英雄论战争和與妇女谈饰品，
與商人谈利润和與农夫说收成，
與放荡不羁的人说开玩笑的言论，
总之按各种人所熟悉的事物，
因人而异地迎合对方心意说话。”

二是用事物、用形象来激发听者的感情，在创作过程中，要抓住表现对象的特点。正如《惹麦丹觉》中所述：“若不具本体事物，就很难表其特点。”

歌词艺术性的高低，主要标志之一是形象是否鲜明？感情表达是否充分、适度？形象鲜明、感情充沛的歌词才能引起曲作者的共鸣，所谱的歌曲才有可能竞相传唱、不径而走。有的歌词作者不是自觉地到生活中去汲取题材、主题、情节、语言、诗情和画意，精心创造生动感人的艺术形象，而是闭门造车，以华丽的语言加以堆砌，使文字押韵即算完成任务。这样的歌词势必千人一面、千调一腔，没有特色，更无艺术感染力量。

在“音乐应用的规定”这一章里，作者主要讲的是如何演唱歌曲。

他对演唱的总的要求是：“悦耳动听、节奏分明、停顿恰当、语言柔和，皆依赖音、词的巧妙配合，也是勤奋学习的结果。”同时，他还着重阐发了如下声乐理论：

关於演唱姿势和表演的六大告诫：藏族传统音乐表演十分重视唱者的姿势，其眼、手、身、法、步颇有讲究。《惹麦丹觉》中这样写道：

“唱鲁体民歌立姿要豪放，
要把手托在自己的腮旁；
唱祭歌要沐浴、眼下视，
虔诚地作美好跏趺状；
唱悟因缘的歌要作手势，
并作蹲坐的美好姿态；
唱忏悔歌要面带羞惭，
下跪合掌表示谦恭；
唱赞美歌要面露喜色；
唱贬抑、抗衡的歌要显出威风；
唱因缘的歌要露悟解之意；
唱教诫的歌要表现告诫之状；
唱忏悔的歌要露出懊丧模样；
唱愉快的歌表现出欢喜之情……”

同时，他还告诫人们，在歌唱表演中要力戒六大缺点：

“心思散乱、神志昏聩，
不悟含义和没有情绪，
以及不集中等是心理的缺点；
词句不完整、重复啰嗦，
杜撰词语和吐字不清，
以及停顿不当等是文字的缺点；
快慢相差太大和咧着嗓子高喊，
以及任意声调是声调的缺点；

声音涨跌悬殊、歌声潦乱，
快慢相差太大和咧着嗓子高喊，
以及任意变调是声调的缺点；
过多摇摆身子、紧绷着面孔，
闭起眼睛和似家畜般圆瞪着双眼，
发窘和手忙脚乱是身躯的缺点；
起音早於和收音晚於主唱者，
高音低音不与主唱者配合，
想显示自己等是伴唱的缺点；
精神不贯注和互相攀谈，
对演唱不倾心兴趣索然，
无欣赏能力等是听者的缺点。"

这些要求和告诫，就是在今天，也仍然十分重要和必要。

关於声与情的结合：唱情是我国各族民间歌手表演的优秀传统。《乐记·乐本篇》云："乐者，音之所由生也；其本在人心之感於物也。是故其哀心感者，其声噍以杀；其乐心感者，其声以缓；其喜心感者，其声发以散；其怒心感者，其声粗以厉；其敬心感者，其声直廉；其爱心感者，其声和以柔：六者非性也，感於物而后动。"歌唱是感情冲激而迸发的音乐火花。清代徐大椿《乐府传声》进一步阐述了声与情结合的重要："唱曲之法，不但声之宜讲，而得曲之情尤为重。盖声者众曲之所尽同，而情者一曲之所独具，不但生旦丑净，口气各殊，凡忠义奸邪，风流鄙俗，悲欢思慕，事各不同，使词难工妙，而唱者不得其情，则邪正不分，悲喜无别，即声音绝妙，而与曲词相背，不但不能动人，反令听者索然无味矣。"

《惹麦丹觉》的如下论述与我国传统音乐"重情"的理论是相通的：

"唱愉快的歌要表现出欢喜之情，
……
受伤时的歌声如生起信仰，
互相钟情如被爱神花箭射中，
唱祭祀歌曲如吉祥之花朵，
净恶之音似被盐硷河洗冲。"

只有感情充沛的歌声，才能拔动听者的心弦。当今，仍活跃在艺术舞台上的藏族歌唱家才旦卓玛、彭错、德西美朵、旦真、顿珠次仁、兰嘎卓玛的成功表演奥秘之一，就是声情并茂，以情感人。

关於声与形的结合：我国民族音乐不但重视唱情，而且也注意形的表现。汉族戏曲历来讲究眼、手、身、法、步和演唱的完美结合，以创造一种美的、与情相一致的视觉形象，加强歌唱整体的艺术魅力，使听者得到美的享受。《惹麦丹觉》在这方面有如下精辟之论：

有声无形，宛似菩萨，呆若木鸡；而形过於声，则矫揉造作，流於肤浅，也为表演所禁戒。明代扬表真《弹琴杂说》云："不宜飞扬作势，轻薄之态。欲要手势花巧以好看，莫若推琴而就舞；若要声音美丽而好听，莫若弃琴而弹筝。"对此，《惹麦丹觉》虽未述及，但历代藏族音乐表演艺术家却是很重视这一问题的。

《惹麦丹觉》是诗文体，而《〈乐论〉注疏》则是论文体，它的篇幅远比《惹麦丹觉》长大。

《〈乐论〉注疏》的主题虽然是对《惹麦丹觉》的阐释和注解，然而，为了把《惹麦丹觉》解释得深刻、透彻，并为当时的诸者所理解，作者势必要对他所处时代的藏族音乐现状作一定的记叙。如对藏族宗教打击乐器的演奏方法和表现性能，该书就有较详细的记载："大鼓（即'额'）依次错开排列，如线穿珠，不许有凹凸现象，要整齐美观。""要具有菩萨盘足打坐的美姿，不能有过份艳丽的形态，应略带愧色，脊梁挺伸，执鼓运力自然美好。""鼓槌敲击的部位应是离鼓把向上量约五指处的鼓面。手指和关节以似握非握的程度顺着鼓槌之势敲挚。""当鼓槌接触鼓面之后，立即要与鼓面分开。"而对鼓的音色要求与表现内容的关系，书中则要求："与息业相顺应的鼓音要缓慢而松弛，具有和平味道；与增业相顺应的鼓音要鲜明、放开，具有艳丽味道；怀业之鼓音要修美动听，具有爱慕味道；诛业之鼓音猛烈、快速，具有愤怒味道。"这些珍贵的史料不但对我们了解藏族音乐历史有帮助，而且对继承和发展藏族音乐艺术也大有裨益。

《〈乐论〉注疏》的作者在写作过程中，参阅了大量藏族古代音乐文献和与音乐有关的其他著作。其部份目录在书中曾记载。这为我们今天研究藏族音乐史提供了一个很好的线索。书中提到的文献目录有：《乐论慧者颈饰》（旃陀罗廓弥著）、《乐论一通遍解》（嘉木样旺布著）、《赐福鼓乐》（作者待考）、《对前世善逝女佑主之威严乐》（作者待考）、《女起尸》（作者待考）、《不败女》（作者待考）、《明处书知》

（协饶仁钦坚赞著）、《简明全书》（协饶仁钦坚赞著）、《金刚橛之鼓乐祈求赐福之示意视之自解》（阿旺兖噶仁钦著）、《金刚橛声乐谱遍明妙音》（萨洛一切知著）、《金刚橛乐乐谱梵音吼声》（索南旺波和扎巴著）、《关於护法神的声音谱梵音大鼓》（索南旺波和扎巴著）、《威猛上师》（扎巴洛卓著）、《金刚橛施食迴遮法》（扎巴洛卓著）等。当然，这些只是古代藏族音乐论著的一部份，即使如此，我们也可窥测到藏族音乐史料在数量上是相当可观的。可惜的是，我们搜集得太少，假如能把有关史料汇集起来，加以整理、研究，写出一部学术价值较高的藏族音乐史，那将是一件功德无量的大好事。

三、《惹麦丹觉》和《〈乐论〉注疏》的作者

《惹麦丹觉》作者萨迦班智达·贡噶坚赞，公元1182年出生於萨迦，卒於1251年，享年69岁。

贡噶坚赞是13世纪西藏著名的宗教家。他的祖父宝王是萨迦寺的建寺人。他的父亲是萨迦五祖之首，曾主持萨迦寺47年之久。贡噶坚赞自幼学习梵语，后随伯父扎巴坚赞出家学习佛教经典，勤奋刻苦，畅晓五明，1205年拜克什米尔高僧释迦利宝为师，广学博览，进步迅速，辩才显赫，是当时西藏人们敬重的宗教大师。西藏寺院学习五明之风，就是在他的倡导下形成的。

贡噶坚赞又是位思想深邃、学识渊博、文彩华丽的有名学者。除了《惹麦丹觉》外，《萨迦格言》、《修词学者口饰》、《语门摘要》、《诗律花束》、《藻词论词库》、《词库论》、《学者入门论》、《声明入门论》、《通用法理学者入门》、《论八支摘要》、《经义嘉言论》、《因明智藏》、《祈愿如来大悲心》等等，也是他的主要学术著作。它们广泛涉及到文学、音乐、修辞、音韵、宗教、语言、医学等学科。可见他是位博学广识、多才多艺的学者。其中，《萨迦格言》以格言的形式，论述了修身、专家、治国之道，反映了他的生活态度和处世哲学，在藏族文学史上具有触目的地位。

贡噶坚赞还是位显赫一时的政治家。他生长在教派四起的时代。他所代表的萨迦派是一个新兴的政治权力集团。1244年，蒙古王室邀请他到内地谈判祖国和西藏统一的事宜，1246年，年逾花甲的贡噶坚赞在八思巴与恰纳多吉的陪同下，来到凉州与阔端会晤，从而道致元代中央在西藏建立行政体制、西藏地方直辖中央的局面。他在政治上为结束西藏的分裂和动乱，促使西藏和祖国统一方面所做的伟大贡献将永远彪炳史册。

对《〈乐论〉注疏》作者阿旺·贡噶索南扎巴坚赞的生出年代，学者们说法不一：一说为1595年，另一说为1597年，①但对他去世年代的推断却是一致的，均认为系1638年。他出生在萨迦彭措林拉让的一个学者家庭。父扎巴洛卓坚赞，母索南杰姆，兄弟姊妹共六人，他是最小者。

阿旺·贡噶索南扎巴坚赞在萨迦派中是一位颇有影响的人物。他自幼聪颖好学，在萨迦派佛学大师嘉木样旺波、杰瓦梅巴钦波的指导下，对萨迦派显宗、密宗的经典有精深研究，在解说、辩论、著作等方面有相当造诣。四岁时，即被封为萨迦大法宝座座主，他虽只活了四十一岁，却任座主达三十七年。

他著述较多，约有二三十部，大小五明均有所涉，其广度和深度、数量和质量，在萨迦派的学者中堪称佼佼者之一。他撰写的《萨迦世系谱》，在藏族历史文献中占有重要位置。该书记载了萨迦派地方权力集团荣辱兴衰的发展历史和它与中央政权的密切关系，它为藏学研究者在这个方面提供了许多有价值的史料。

四、《惹麦丹觉》和《〈乐论〉注疏》与笔者

一九八三年秋，我和西藏自治区歌舞团的音乐家扎西群培、格米等到萨迦寺考察，主人知道我们是音乐工作者，便特意拿出《惹麦丹觉》的部份经卷供我们观赏。使从喇嘛们的慎重态度，我便估量到这部经卷的珍贵价值。征得主人同意，我将所看到的经卷全部拍摄了照片。回北京后，我将这次萨迦之行告知了我的好友赵康。赵康是位功底深厚、学问踏实的藏学家。他也深感《惹麦丹觉》的重要。於是，我便请他译为汉文，以便让更多的人阅读这部著作。经过一番努力，赵康终於从1983年第二期《西藏研究》，民族出版社所出版的《惹麦丹觉》单行本和《萨班文集》（德格版）中找到三个不同的藏文版本。这部著作虽只有三章、四百六十个诗句，他却先后翻译了近半年。翻译过程中，查阅了大量资料，主要参考的是阿旺·贡噶索南扎巴坚赞

的《五明处之一——工巧明之分支〈乐论〉注疏·文殊上师喜悦之雅音明慧意乐功业遍布》(即《〈乐论〉注疏》)。《惹麦丹觉》的汉文版首发於《西藏歌舞》一九八五年第四期。译文之后，我写了篇《萨迦班智达·贡噶坚赞及其〈乐论〉》的评介文章。此后，《中央音乐学院学报》一九八九年第四期刊登了《惹麦丹觉》的修译稿。

赵康和我经常在一起研讨藏族音乐史料问题。我们感到《〈乐论〉注疏》虽然是对《惹麦丹觉》的注解，但是，它还论及了许多藏族音乐的历史情况和有关问题，有较高学术价值。因此，我又请赵康汉译，《〈乐论〉注疏》汉文节选发表在《音乐研究》1990年第二期，译文后我以乐川的笔名写了篇《〈"乐论"注疏的注疏》，对《惹麦丹觉》、《〈乐论〉注疏》及其作者进行了较详细的评述。

西藏传统音乐丰富多彩，艺术魅力强烈，和人民生活关系密切，长期以来，西藏人民具有酷爱本民族音乐的深厚传统。正因为如此，西藏素有"歌舞的海洋"、"音乐之乡"的美称。可是，与传统音乐的丰厚形成强烈反差的是，藏族音乐史料还挖掘得不够，还相当匮乏。现在，《惹麦丹觉》、《〈乐论〉注疏》整理、翻译、出版了，但是，在这方面，今后还有更艰巨的任务有待我们去完成。

五、《惹麦丹觉》在今天的积极意义

人们常说：我国现有的音乐史著作，基本上都是汉族音乐史。此话确有一定道理。纵观诸部《中国音乐史》，对少数民族音乐或很少论及，或根本就没有一席之地。我的遵师杨荫浏先生注意到了这个问题，在这方面他下了许多功夫，我所搜集、整理的一些少数民族古代音乐，如白沙、细乐、囊玛等，他都十分珍惜地吸收到他的力作《中国古代音乐史稿》中，但是，少数民族音乐的成份仍然与中国音乐历史的实际不相称。中国是由五十六个民族共同组成的伟大国家，中国的历史是五十六个民族在漫长的时期中共同缔造的，难道有八千年悠久的中国音乐历史②能够例外吗?!

为什么会形成我国音乐史论著作基本上是汉族音乐史的局面呢？现有的少数民族音乐史料凤毛麟角是个主要原因。它与历史上丰富多彩的少数民族音乐实际形成了强烈的反差。这种局面的形成，一方面，历史上我国少数民族处於被压迫、被欺凌的地位(个别时期、个别民族例外)，许多音乐历史文献和史料难以保存和流传；另一方面，近十年来，尽管我国发掘出一批记载、反映古代少数民族音乐生活的壁画、石刻、乐器、文献等重要资料，整理、记录了一些流传至今的古代少数民族音乐，然而，却未得到所有音乐史家的应有重视。就以藏族为例，一九八七年，西藏大学艺术系副教授雪康·索朗塔吉在山南地区农村搜集到一些珍贵的流行於松赞干布时期的士兵歌曲"伯"和"嘉江"，尽管这些歌曲在一千多年的传承中会发生各种各样的发展，但是，从那朴质的旋律中，我们也能体味到吐蕃士兵歌唱的神韵；而阿里的古格王朝壁画，生动形象地再现了十一世纪古格国王迎请印度僧人阿底峡大师来阿里传播佛经时的群众乐舞场面，它从一个侧面表现了当时藏族音乐的实际；布达拉宫、扎什伦布寺、萨迦寺、桑耶寺等寺庙中的众多文物、壁画，则多侧面地表明了藏族古代不同时期的音乐风貌……。这些史料也很少被中国音乐史著作所采用。

在今天看来，《惹麦丹觉》对我们有如下重要意义：

1、《惹麦丹觉》成书於七百多年前。那时，在我国藏族地区就诞生了这样一部音乐论著，忠实地记述了藏族人民的音乐历史，对当时藏族人民的音乐实践有一定的理论概括，其中包容了作曲、作词、声乐表演艺术、器乐表演艺术、音乐地理学等诸多学科，字里行间，闪耀着真知灼见。应当说，这在我国少数民族中是罕见的。它填补了我国音乐史领域的这一段空白。《惹麦丹觉》问世后，在藏族社会中产生了热烈反应，对它的注释和注疏的论著陆续出现。它们又进一步扩大了《惹麦丹觉》的学术成果，丰富了藏族的音乐史料。

2、今天，藏族地区的人民正在建设有自己民族特色的、有时代气息的新音乐。我们必须借鉴国外的和国内各民族的成功经验，但是，我们更要防止"洋化"和"汉化"两种偏向的出现。科学地、认真地继承和吸收优秀传统音乐文化是我们面临的艰巨任务。无疑，《惹麦丹觉》对於今天我国藏族音乐文化的建设是有积极意义的。

注：

①乐川：《〈'乐论'注疏〉的注疏》。《音乐研究》1990年第二期。

②近年，从河南省舞阳县贾湖地区发掘出的骨笛，据考古学家测试，为约八千年前的文物。

(作者：中央民族学院文艺研究所副研究员，《音乐研究》副主编，已发表西藏古典歌舞论著《囊玛》、西藏民间歌舞论介《堆谐》等六七本专著)

责编：达·海馨